



# わかち合いの会 宮古

大切な方を自死で亡くされた遺族の交流とわかち合い

大切な人を突然に自死で失うことは、とても辛いことです。

遺された人にもたらされる衝撃は大きく、今まで普通にできていたことがとても難しく感じられたり、何気ないやりとりで心が揺らいだり、ご自分を責めたり、怒りなどの複雑な思いを抱えたりすることもあります。

わかち合いの会 宮古は、同じ経験をもつ遺族が集い、語り合うことでお互いの悲しみを理解し、支えあう場です。

皆さんのお話を聞いたり、貴方の想いをお話ししてみませんか？

## 対象

家族や親族など大切な方を自死で亡くした方

## 内容

遺族同士のわかち合い、遺族のこころのケアに関する情報提供

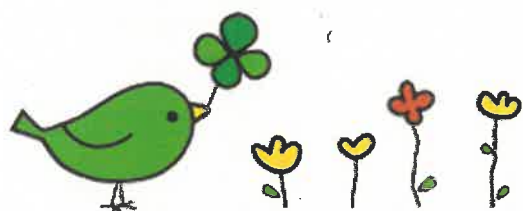
- お話ししたくない時は話さなくても大丈夫です（聞いているだけでかまいません）
- プライバシーは守られます

## 日時・場所

どの会場にも何回でもご参加いただけます

月 日	申込締切	時間・内容等	場 所
6月4日(土)	6月2日(木)	13:30~15:00 わかち合い	宮古地区合同庁舎
7月6日(水)	7月4日(月)	13:30~15:00 わかち合い	山田町保健センター
9月29日(木)	9月27日(火)	13:30~15:00 わかち合い	岩泉町保健センター
11月5日(土)	11月2日(水)	14:45~16:15 わかち合い	宮古地区合同庁舎
3月4日(土)	3月2日(木)	13:30~15:00 わかち合い	宮古地区合同庁舎

※保健師が個別の相談を随時受付けております。  
わかち合いでは予約状況により個別の相談もお受けします。



## お問い合わせ・お申し込み

岩手県宮古保健所保健課 保健師 まで

〒027-0072 宮古市五月町 1-20

TEL : 0193-64-2218 内線 236 FAX : 0193-63-5602

